

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД №16»
_____ /ГЕРАСИМОВА М. В./

МЕНЮ

8 мая 2026 г.

Сад

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,54	7,96	21,32	183,69	0,34
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ	190/8	3,86	4,15	13,47	107,73	0,70
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	3,01	9,07	20,38	175,28	0,00
Итого			448	13,41	21,18	55,17	466,70	1,04
II Завтрак								
2012	399	СОК	106	0,51	0,11	10,35	44,05	0,84
Итого			106	0,51	0,11	10,35	44,05	0,84
Обед								
2012		САЛАТ СВЕТОФОР	30	0,39	2,86	1,45	33,37	15,84
2008	98	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	200	8,14	6,32	18,64	164,35	4,71
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	80	15,68	10,66	6,04	182,60	0,59
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	2,93	4,53	23,76	147,84	12,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,09	0,01	10,10	42,46	1,58
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,48	0,46	22,27	107,14	0,00
Итого			763	30,71	24,84	82,26	677,76	34,72
Полдник								
2008	323	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	175	6,72	4,17	34,81	203,29	0,00
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ВАРЕНЬЕМ	30/18	2,32	0,93	28,74	130,28	0,22
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	205	0,08	0,00	7,08	28,61	0,02
Итого			428	9,12	5,10	70,63	362,18	0,24
Всего				53,75	51,23	218,41	1 550,69	36,84